

DrugFacts

Revised Noviembre 2019

Entendiendo el uso de drogas y la adicción – DrugFacts

Muchas personas no entienden el porqué o cómo las personas se vuelven adictas a las drogas. Ellos pueden erróneamente pensar que aquellos que usan drogas les faltan principios morales o fuerza de voluntad y que ellos pueden dejar de usar drogas simplemente tomando la decisión de parar. En realidad, la drogadicción es una enfermedad compleja, y dejar de usar las drogas usualmente requiere más que buenas intenciones o una gran voluntad. Las drogas cambian el cerebro en maneras que hacen que el dejar de usarlas sea duro, hasta para aquellos que quieren dejarlas. Afortunadamente, los científicos conocen más que nunca cómo las drogas afectan al cerebro y han encontrado tratamientos que pueden ayudar a las personas a recuperarse de la drogadicción y llevarlos a tener vidas productivas.

¿Qué es la drogadicción?

La drogadicción es una enfermedad crónica caracterizada por la búsqueda y el uso compulsivo e incontrolable de una droga, a pesar de las consecuencias adversas. Para la mayoría de las personas, la decisión inicial de usar drogas es voluntaria, pero el uso repetido de las drogas puede llevar a cambios en el cerebro que desafían el autocontrol de una persona adicta e interfiere con su habilidad de resistir los deseos intensos de usar drogas. Estos cambios del cerebro pueden ser persistentes, por lo cual se considera la drogadicción una enfermedad "reincidente"—las personas en recuperación del trastorno del uso de drogas están a un alto riesgo a volver a usar drogas aunque lleven años sin usarlas.

Es común que una persona recaiga, pero la recaída no significa que el tratamiento no sirva. Similar a otras condiciones crónicas de la salud, el tratamiento debe de ser continuo y ajustado basado en

cómo el paciente responda. Los planes de tratamiento necesitan ser revisados a menudo y modificados para adaptarse a las necesidades cambiantes del paciente.

¿Qué pasa con el cerebro cuando una persona usa drogas?

La mayoría de las drogas afectan el circuito de recompensa del cerebro inundándolo del neurotransmisor dopamina. Este sistema de recompensa controla la capacidad del cuerpo de sentir placer y motiva a la persona a repetir las actividades necesarias para prosperar, tales como comer y pasar tiempo con sus seres queridos. La sobrestimulación del circuito de recompensa causa el estado de euforia o “high” intensamente placentero que puede llevar a consumir drogas una y otra vez.

Para ajustarse al exceso de dopamina a medida que la persona continúa consumiendo drogas, el cerebro disminuye la producción natural de dopamina o reduce la capacidad de las células del circuito de recompensa de reaccionar a ella. Esto disminuye la euforia que la persona siente en comparación con lo que sintió la primera vez que consumió la droga, un efecto conocido como tolerancia. Es probable que consuma más droga en un intento de sentir la misma euforia. También puede suceder que sienta menos placer con otras cosas de las que antes disfrutaba, como comer o realizar actividades sociales.

El uso de drogas a largo plazo también causa cambios en otros sistemas químicos y circuitos del cerebro, afectando las siguientes funciones:

- aprendizaje
- criterio
- capacidad de tomar decisiones
- estrés
- memoria
- comportamiento

A pesar de estar conscientes de estos efectos perjudiciales, muchas personas que usan drogas continúan a usarlas, lo que es la característica de la adicción.

¿Por qué es que algunas personas se vuelven adictas a las drogas y otras no?

No hay un solo factor que puede predecir si una persona se volverá adicta a las drogas. Una combinación de factores influye el riesgo a la adicción. Si una persona tiene más factores de riesgo, el potencial de llevarse adicta con usar drogas es más grande. Por ejemplo:

- **Biología.** Los genes con los que una persona nace cuentan por la mitad de los riesgos para la adicción. Género, etnicidad y la presencia de otros trastornos mentales pueden también influir el riesgo del uso de drogas y la adicción.
- **Ambiente.** El ambiente de una persona incluye varias influencias diferentes, de su familia y sus amigos hasta el estado económico y su calidad de vida en general. Factores como la presión social, abuso físico y sexual, exposición temprana a las drogas, estrés y orientación parental pueden afectar mucho la probabilidad de que una persona use drogas y que lleve a la adicción.
- **Desarrollo.** Factores genéticos y ambientales interactúan con etapas críticas del desarrollo de una persona en su vida que afectan el riesgo de adicción. Aunque usar drogas a cualquier edad puede llevar a la adicción, lo más joven que uno empieza a usar drogas, lo más probable que progrese a la adicción. Esto es particularmente problemático para los adolescentes. Ya que todavía se están desarrollando las áreas del cerebro que controlan la capacidad de tomar decisiones, el criterio y el autocontrol, los adolescentes en especial pueden estar propensos a comportamientos riesgosos incluyendo el probar de las drogas.



Photo by ©Aleshyn_Andrei/Shutterstock

¿Puede ser prevenida o curada la drogadicción?

El tratamiento para la drogadicción, similar a otras enfermedades crónicas, como la diabetes, asma o cardiopatía, generalmente no indica una cura. Sin embargo, la adicción es tratable y puede ser exitosamente manejada. Las personas que se están recuperando de una adicción estarán en riesgo de experimentar una recaída por años y posiblemente por toda la vida. Las investigaciones demuestran que combinar los medicamentos con terapias conductuales para tratar la adicción asegura la mejor posibilidad de éxito para la mayoría de los pacientes. Los enfoques de tratamiento

adaptados a la forma del uso de drogas de cada paciente y a cualquier problema médico, mental y social ocurriendo simultáneamente pueden llevar a recuperación continua.

Otra buena noticia es que el uso de drogas y la adicción son prevenibles. Los resultados de las investigaciones patrocinadas por NIDA han demostrado que los programas de prevención involucrando familias, escuelas, comunidades y medios de comunicación son eficaces para prevenir o reducir el uso de drogas y la adicción. Aunque eventos personales y factores culturales afectan las tendencias del uso de las



Photo by ©iStock.com/Winfried Eckl

drogas, cuando las personas jóvenes perciben el uso de drogas como riesgoso, ellos tienden a reducir el uso de drogas. Por lo tanto la educación y la divulgación son claves con ayudar que las personas entiendan los posibles riesgos del uso de drogas. Los profesores, los padres y los proveedores de salud tienen roles claves en educar a los jóvenes y prevenir el uso de drogas y la adicción.

Puntos para recordar

- La drogadicción es una enfermedad crónica caracterizada por la búsqueda y el uso compulsivo e incontrolable de una droga, a pesar de las consecuencias adversas.
- Cambios en el cerebro que ocurren con el tiempo con el uso de drogas desafían el autocontrol de una persona adicta e interfieren con su habilidad de resistir los deseos intensos de usar drogas. Esto es el porqué la drogadicción es también considerada una enfermedad reincidente.
- La recaída es el volver a usar drogas después de haber tratado de parar. La recaída indica la

necesidad por más o diferente tratamiento.

- La mayoría de las drogas afectan al circuito de recompensa del cerebro, inundándolo con el químico mensajero la dopamina. Esta sobre estimulación del circuito de recompensa causa la intensa traba placentera que lleva a las personas a tomar las drogas una y otra vez.
- Con el tiempo, el cerebro se ajusta al exceso de la dopamina, lo que reduce la traba que la persona siente, comparado a la traba que sintieron cuando tomaron la droga por primera vez—un efecto conocido como la tolerancia. Ellos pueden tomar más de la droga, tratando de alcanzar al mismo nivel de traba de la dopamina.
- No hay un solo factor que puede predecir si una persona se volverá adicta a las drogas. Una combinación de factores genéticos, ambientales y desarrollantes influyen el riesgo a la adicción. Si una persona tiene más factores de riesgo, el potencial de llevarse adicta con usar drogas es más grande.
- La drogadicción es tratable y puede ser exitosamente manejada.
- Otra buena noticia es que el uso de drogas y la adicción son prevenibles. Los profesores, los padres y los proveedores de salud tienen roles claves en educar a los jóvenes y prevenir el uso de drogas y la adicción.

Para más información

Para más información sobre entender el uso de drogas y la adicción, visite:

- www.drugabuse.gov/es/publicaciones/serie-de-reportes/las-drogas-el-cerebro-y-el-comportamiento-la-ciencia-de-la-adiccion/prefacio
- <https://teens.drugabuse.gov/drug-facts/brain-and-addiction> (en inglés)

Para más información en inglés sobre los costos del abuso de drogas en Estado Unidos, visite:

- www.drugabuse.gov/related-topics/trends-statistics#costs

Para más información en inglés sobre la prevención, visite:

- www.drugabuse.gov/related-topics/prevention

Para más información en inglés sobre el tratamiento, visite:

- www.drugabuse.gov/related-topics/treatment

Para encontrar un centro de tratamiento patrocinado públicamente en su estado, llame al 1-800-662-HELP (4357) o visite:

- findtreatment.samhsa.gov/

Esta publicación está disponible para su uso y puede ser reproducida, **en su totalidad**, sin pedir autorización al NIDA. Se agradece la citación de la fuente, de la siguiente manera:

Fuente: Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas; Institutos Nacionales de la Salud; Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos.